

出汗多喝水少 警惕泌尿结石找上门

吴庚玖

宜宾市江安县中医院医院泌尿外科

〔中图分类号〕R161

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2019) 12-112-02

一、泌尿结石的概述

尿结石属于临床中常见的泌尿系疾病,此种疾病通常见于肾与膀胱以及输尿管等方面部位,而尿结石主要以肾与输尿管结石最为常见。尿结石疾病多数好发于 25~40 岁左右,其中男性发病率要高于女性,男性患尿路结石疾病是女性的 2 倍左右,但是女性有两个发病高峰期,即为 25~40 岁与 50~65 岁之间,而女性发生第二个发病高峰可能是与其绝经后骨质疏松有着一定关系,而有 2~3% 的尿结石是发生在 3~6 岁的儿童人群中,此类患儿发病通常是与尿路感染以及先天畸形等方面疾病有关。

尿结石在临床中通常分为原发性尿结石与代谢性尿结石以及继发性(或是感染性)尿结石,其中原发性尿结石主要是指发病因素不明与机制不清的结石,继发性或感染性结石,代谢性结石是三个类型中最为常见的结石,其是由于人体内或者是肾脏功能紊乱而诱发的一种疾病,譬如尿酸排泄增加与甲状腺功能亢进等。继发性或是感染性尿结石通常是由于泌尿系统细菌感染的诱发的,尤其是能分解尿素的细菌,以及变形杆菌等,均能够将尿素分解为游离氨进而使得尿液发生碱化,使得磷酸盐与碳酸盐以菌团等为主要核心,最终形成结石。另外,尿结石疾病形成与种族、营养状况、地理环境、饮食习惯以及尿路中自身疾病等均可能诱发尿结石疾病。

二、分析泌尿结石的临床症状

尿结石疾病因结石所在位置不同,进而其临床表现也不尽相同。其中以疼痛与血尿为尿结石疾病中最典型症状,疼痛多呈持续性或间歇性,而结石较小以及在绞痛发作之前,患者常常是没有任何感觉的,然而随着结石体积变大以及某种诱因(譬如:剧烈运动与长途乘车以及劳作等),患者会突然发生一侧腰部剧烈绞痛的情况,同时此种疼痛会沿输尿管向下腹部以及会阴、阴囊等部位放射,并且患者还会发生腹胀、呕吐、恶心等临床表现。另外,尿结石疾病容易将患者的输尿管以及膀胱等部位的管壁划破,进而在肾绞痛发作后,出现肉眼可见血尿的情况,同时也可能出现尿频、尿急、尿痛等合并感染情况。而若是患者两侧同时发生结石,便可能引起输尿管梗阻的情况,而此种情况通常表现为急性无尿,或者继发性损害,而尿道梗阻与继发性疾病便会诱发肾积水与肾绞痛等。弱势肾积水情况时,患者的肾脏泌尿功能尚优;若是患者肾积水为中度时,其肾脏功能泌尿功能便会受到严重的损伤;而若是患者肾积水情况较为严重且未能得到及时缓解时,其肝肾实质便会受到高度萎缩,肾脏泌尿功能基本丧失。

具相关研究可知,尿结石中成分有 32 种,其中草酸钙结石质地较硬且粗糙,常常呈桑椹样(不规则),颜色主要为棕褐色;而磷酸钙与磷酸镁铵结石易碎,其表面较为粗糙,同

样呈现不规则形状,颜色多为灰白色与棕色以及黄色,此种结石在 X 影像图片中可见分层现象,并且常形成鹿角形;尿酸结石质地硬,且表面光滑或不规则,颜色多为黄色、红棕色,并且在 X 影像图片中纯尿酸结石不被显示;胱氨酸结石表面较为光滑且呈现蜡样外观,颜色通常为淡黄色至黄棕色。

三、分析泌尿结石的治疗方式

目前在临床中治疗泌尿结石的常见办法便是非手术治疗与手术治疗两种,通常情况下医护人员会根据患者的实际情况对其采取合理的治疗措施,若是患者体内结石相对较小,便可以采取非手术治疗方式,此类患者可以遵医嘱服用排石与解除输尿管等方面药物,以便促进结石排除体外;而若是患者体内结石体积较大,便可以采取手术进行治疗,可以根据患者实际情况、结石位置,选择不同的手术方式。在以往临床医学上主要以体外碎石冲击波碎石技术为治疗手段,该治疗方式主要目的便是将结石进行粉碎,使得结石可以便于排除患者体外,且该技术的费用也相对较低,故而此种排石技术适用于大多数左右泌尿系结石患者。但是对于结石硬度过高且体积较大,或者是伴有黏连等疑难结石者,便应该采取开刀进行治疗,但是随着医疗技术近些年逐渐发展提高,故而现阶段治疗泌尿结石的手术方式已经微创化,微创手术治疗方式不仅可以代替开刀治疗,且还可以治疗开刀手术无法治疗的结石,进而有效的保护患者肾脏功能,解除梗阻引起的肾绞痛,同时术后无瘢痕,降低患者并发症发生率。

四、探讨泌尿结石的预防

现阶段随着人们的生活水平逐渐变化提高,尿结石患者数量也在逐年上升,而单纯依靠药物是不能彻底组织结石形成,但是人们若是能够在日常生活中多加注意饮食等方面,便可以做到预防结石的形成。

4.1 饮水预防

基于气候以及工作等多方面因素,使得部分人群会出现大量出汗的情况,而若是经常出汗且未能对喝水,便会使得其自身的尿液浓缩,形成结石。故而患过结石的人群便应该坚持大量饮水,同时保持自身尿量在 2000-3000ml/d 左右,但是需要注意的是,应该饮用白开水,而不是农茶或者是饮料。患者若是属于尿酸结石,便需要食用低嘌呤食物,若是属于膀胱酸结石者,便需要食用低蛋氨酸食物,并且水果与蔬菜等食物可以使得人体尿液转为碱性,因此可以有效的防止尿酸和胱氨酸结石;而肉类等一些食物可以使人体中尿液呈酸性,故而可以防止感染结石。另外,还可以食用一些具有高纤维的食物,有学者认为伴有结石患者尽量降低盐与动物性蛋白的摄入,此种情况不仅能够起到预防结石复发,同时还

(下转第 113 页)

如何看懂尿常规化验单

李 佐

成都锦欣妇产科医院 610000

〔中图分类号〕R446.12

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2019) 12-113-01

从当今医学对于全身性疾病的检验方式来看，尿常规检查可以说是十分方便和有效的检测方式。对于一些患有全身性疾病的患者可以通过尿液来明显检测出和正常人不同的变化，由此来判断身体的健康，常见的有糖尿病、血液病等等，这些疾病都可以从尿常规当中看出来。但是很多人就对尿常规的化验单比较疑惑，因为尿常规化验单上面显示的都是一些专业术语，对于非专业人士来水有一定的困难，那么，本文就如何看懂尿常规化验单当中的检测项目进行探讨。

一. 尿常规概述

作为临床判断疾病的“三大常规”检测之一，尿常规能够明显呈现出被检测患者的身体变化和存在的问题。一方面，可以根据被检查患者在喝药之前和喝药之后的尿液变化来判断药物是否起到了一定的作用，可以检测到。

另一方面，对于人体肾脏和血液质量的检测也可以通过尿常规来进行初步的判断，因为人体尿液来自于自身的血液，之后又经过肾脏的过滤最后排出体外，因此尿常规检测结果可以一定程度反应患者血液的质量和肾脏的功能。

二. 尿常规检查需要注意什么

虽说尿常规是很常见的检查项目，也并没有什么难度，但是很多时候都是因为被检测者没有细心听从医生叮嘱的留尿具体步骤，导致检测结果的失误。为了避免二次检测，一定要注意尿常规检测的注意事项。

1. 保持尿液的清洁。尿液“清洁”指的就是尿液当中没有掺杂任何其他物质。比如成年女性做尿常规检测常常可能会在尿液当中混入来自于阴道的血液或者是阴道的分泌物，男性则有可能会混入前列腺液或者是精液，这些物质的混入都会影响到检测的结果，导致尿液当中蛋白质和其他含量的增高，一定要尽量避免这种情况。

2. 尽量取尿液的中段尿进行检测。在尿液的检查方面，临床上将人体的尿液分为三段，分别是前段、中段和后段。尿常规检测最好是取中段尿进行检测，因为前段尿流经尿道的时候会掺杂尿道当中的一些东西，可能会影响检测结果，另外被检测尿液不能少于十毫升，所以为了检测的量足够，最好是取中段尿来进行检测。

三. 如何看懂尿常规化验单

尿常规化验单显示结果一般来讲共有三大内容，分别是尿蛋白定性，尿糖定性和尿沉渣检查。对于不同的内容又列出了其中包含的具体元素。接下来我们对于化验单当中的一些指标进行分析，帮助读者看懂化验单。

1. 酸碱度。人体正常尿液的酸碱度值应该是在 4.6 到 8.0 之间，为弱酸性，如果患者检查后显示酸碱度值偏高的话可能提示碱中毒或者是其他疾病；偏低可能是因为酸中毒或者是肾炎等疾病。

2. 尿比重。尿比重其实就是检测尿液当中所含的溶质多少，正常情况应该是 1.015 到 1.025 之间，患者如果患有慢性肾炎，这项指标值就有可能降低。

3. 尿胆原。这项检测患者是否有患有黄疸，正常值小于 16，过高则表示可能患有黄疸。

4. 白细胞和尿红细胞。一般情况下这两者都显示阴性，如果白细胞超过五个或者是尿红细胞有阳性显示，那就表明被检测者有可能尿路感染、患有肾炎等疾病。

5. 尿蛋白。尿蛋白检测尿液当中所含有的蛋白质，正常情况应该显示阴性或者是轻微的阳性，因为尿液蛋白多在肾脏过滤的时候就已经被过滤，含量过高就表示被检测者肾脏可能出现了问题，常见的就是急性肾炎和糖尿病综合征。

6. 尿糖。化验单尿糖含量过高则表示患者体内的糖类的分解功能出现了问题，正常情况下，人体尿液当中糖分的含量很少很少，因为都已经在过滤的时候被滤出了，尿液当中糖含量高说明患者可能患有糖尿病或者是甲亢。

7. 胆红素和尿液颜色。胆红素含量过高表示被检测者可能有肝细胞性的黄疸。正常的尿液颜色应该是浅黄色或者是黄色，除此之外黄绿色或者是血红色就能直接说明被检测者肾脏或者是其他方面出了问题。

以上便是尿常规化验单当中的一些主要指标极其正常值范围，化验单上面有一些特殊的符号，一般画有向上的箭头符号或者是加号则表示这项值比较高，表明阳性的程度。无论是哪一项指标，被检测者在进行观察分析的时候都要结合全部的指标来进行判断。

(上接第 112 页)

可以确保钙的摄入量。

4.2 生活预防

人们应该在日常生活中注意膳食结构，具资料显示尿结石形成与饮食结构有着直接关系。基于此，科学合理的调整

膳食结构可以预防结石形成与复发。可以根据结石不同成分，采取合理的饮食调理，譬如：患者为草酸钙结石便应少食菠菜、马铃薯以及草莓等草酸钙含量高的食品；若是为尿酸结石便应该少时海鲜以及豆类高嘌呤食物；若是属于含钙结石患者便应该降低牛奶与坚果等方面食物。